CONSEJOS para ADOLESCENTES

LA MARIHUANA

LA REALIDAD SOBRE LA MARIHUANA

JERGA EN INGLÉS:
WEED/POT/GRASS/REEFER/GANJA/ MARY JANE/BLUNT/JOINT/TREES

CONOCE LOS HECHOS

LA MARIHUANA AFECTA TU CEREBRO. El tetrahidrocannabinol (THC), el químico responsable en gran parte por los efectos psicológicos de la marihuana, afecta las células del cerebro, incluyendo las células que se encuentran vinculadas con el aprendizaje, la memoria, la coordinación y la adicción.[1]

LA MARIHUANA AFECTA TU AUTOCONTROL. La marihuana puede seriamente impactar tu coordinación y sentido del tiempo, afectando por ejemplo la manera en que manejas.

LA MARIHUANA AFECTA TUS PULMONES. El humo de la marihuana deposita cuatro veces más residuos en los pulmones y contiene de 50% a 70% más de sustancias cancerígenas que el humo del tabaco.[2]

EL USO DE LA MARIHUANA SE RELACIONA NEGATIVAMENTE CON OTROS ASPECTOS DE TU SALUD. El uso repetitivo de marihuana ha sido relacionado con la depresión, ansiedad y en algunos casos un riesgo mayor de presentar esquizofrenia.[3]

LA MARIHUANA NO SIEMPRE ES LO QUE PARECE. La marihuana puede estar mezclada con otras substancias sin tu conocimiento.[4] Los cigarros conocidos como "blunts", los cuales están rellenos de marihuana, a veces contienen cocaína en crack.

LA MARIHUANA PUEDE SER ADICTIVA. No todas las personas que usan marihuana se convierten en adictos, pero algunas personas desarrollan síntomas de dependencia.

? RESPUESTAS A TUS PREGUNTAS

P. **¿FUMAR MARIHUANA ES MENOS PELIGROSO QUE FUMAR CIGARRILLOS?**

R. **NO.** Tanto el humo de la marihuana como el del cigarrillo puede ser dañino. Se necesitan más estudios para entender mejor la conexión entre la marihuana y sus efectos a largo plazo como el cáncer.[5]

P. **¿LAS PERSONAS SE PUEDEN VOLVER ADICTAS A LA MARIHUANA?**

R. **SÍ.** El uso de la marihuana puede causar el trastorno de desarrollo de uso de marihuana, que en casos severos puede convertirse en adicción.[6]

P. **¿EXISTEN OTROS RIESGOS ASOCIADOS CON EL USO DE MARIHUANA?**

R. Además de los riesgos mentales y físicos asociados con el uso de la marihuana, las personas que usan marihuana han reportado que tienen menos éxito académico y profesional, menor satisfacción con su vida y más problemas en su vida social.[7]

EN RESUMEN:

La marihuana afecta el desarrollo del cerebro de los adolescentes. Si tienes preguntas, habla con tus padres, un médico, consejero, maestro u otro adulto de confianza.

APRENDE MÁS:

Encuentra la información más reciente sobre cómo las drogas afectan el cerebro y el cuerpo en **teens.drugabuse.gov** (en inglés).

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN SOBRE LA MARIHUANA, CONTACTA A:

SAMHSA
1-877-SAMHSA-7 (1-877-726-4727) (en español e inglés)
TTY 1-800-487-4889
www.samhsa.gov (disponible en inglés)
store.samhsa.gov





¡ANTES DE CORRER EL RIESGO!



CONOCE LAS LEYES. La marihuana se considera una droga de clasificación I ("Schedule I").[8] Según las leyes federales, es ilegal comprar o vender marihuana.



CONOCE LOS HECHOS. Usar marihuana puede causar pérdida de memoria y cambios de humor, y el uso a largo plazo puede disminuir la inteligencia.[9,10]



MANTENTE INFORMADO. Las investigaciones han revelado que los adolescentes prueban el alcohol, el tabaco y la marihuana antes que otras drogas, aunque la mayoría de las personas que usan la marihuana no usan otras drogas.[11]



CONOCE LOS RIESGOS. La marihuana afecta tu coordinación y tiempo de reacción, que aumenta tu riesgo de tener una lesión o morir en un accidente vehicular u otros accidentes. El uso en conjunto del alcohol con otra droga aumenta el riesgo de un choque vehicular.[12]



OBSERVA A TU ALREDEDOR. La mayoría de los adolescentes no fuman marihuana. De hecho, solo el 6.5% de los adolescentes entre 12 y 17 años dijeron haber fumado marihuana durante el mes anterior.[13]



MÁS INFORMACIÓN

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN O LOS RECURSOS UTILIZADOS EN ESTE

"CONSEJOS para ADOLESCENTES",

visita **store.samhsa.gov** o llama al **1-877-SAMHSA-7 (1-877-726-4727)** (en español e inglés).

PEP20-03-03-011





CONOCE LAS SEÑALES

¿Cómo puedes saber si un amigo está usando marihuana? Los síntomas del uso de marihuana incluyen:[14]

- **Mala coordinación física**
- **Ojos rojos**
- **Olor inusual en la ropa**
- **Problemas de la memoria a corto plazo**
- **Ansiedad**



¿QUÉ PUEDES HACER PARA AYUDAR A UNA PERSONA QUE ESTÁ USANDO MARIHUANA?

SÉ UN AMIGO. SALVA UNA VIDA.

Anima a tu amigo que deje de usar marihuana o busca ayuda de un familiar, maestro u otro adulto de confianza.

Para obtener información gratis y confidencial y referencias para tratamiento las 24 horas del día/7 días a la semana, en español e inglés, llama a la línea nacional de ayuda de SAMHSA al:

1-800-662-HELP (1-800-662-4357)
o visita el localizador de servicios de tratamiento de la salud de SAMHSA en:
findtreatment.samhsa.gov

[1, 2, 3, 5, 12] National Institute on Drug Abuse. (2018). Research Reports: Marijuana. Retrieved from https://www.drugabuse.gov/publications/research-reports/marijuana/letter-director

[4] Gilbert, C. R., Baram, M., & Cavarocchi, N. C. (2013). Smoking wet: Respiratory failure related to smoking tainted marijuana cigarettes. *Texas Heart Institute Journal, 40*(1): 64–67.

[6] Medical News Today. (2017). Marijuana 'may be worse than cigarettes for cardiovascular health.' Retrieved from https://www.medicalnewstoday.com/articles/318854.php

[7] National Institute on Drug Abuse. (2018). Marijuana. *Drug Facts*. Retrieved from https://www.drugabuse.gov/publications/drugfacts/marijuana

[8] Drug Enforcement Administration. (2018). Drug Scheduling. Retrieved from https://www.dea.gov/druginfo/ds.shtml

[9] Centers for Disease Control and Prevention. (2017). Marijuana and Public Health. Retrieved from https://www.cdc.gov/marijuana/health-effects.html

[10] Meier, M. H., Caspi, A., Ambler, A., Harrington, H., Houts, R., Keefe, R. S. E., McDonald, K., Ward, A., Poulton, R., & Moffitt, T. E. (2012). Persistent cannabis users show neuropsychological decline from childhood to midlife. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America, 109*(40), E2657–E2664. Retrieved from https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3479587/

[11] National Institute on Drug Abuse. (2015). Marijuana: Facts for Teens. Retrieved from https://www.drugabuse.gov/publications/marijuana-facts-teens/want-to-know-more-some-faqs-about-marijuana

[13] Substance Abuse and Mental Health Services Administration. (2018). *Key substance use and mental health indicators in the United States: Results from the 2017 National Survey on Drug Use and Health* (HHS Publication No. SMA 18-5068, NSDUH Series H-53). Retrieved from https://www.samhsa.gov/data/sites/default/files/cbhsq-reports/NSDUHFFR2017/NSDUHFFR2017.pdf

[14] American Addiction Centers. (2018). What Are the Signs That Someone Is High? Retrieved from https://americanaddictioncenters.org/marijuana-rehab/how-to-tell-if-someone-is-high/